

القبض على (١١) تاجراً ومروجاً للمخدرات في بغداد

شرطة الطاقة: ضبط ٢,٥ مليون لتر من المشتقات المهربة واعتقال ٨٨ متهما

بغداد / صوت القلم:

أعلنت مديرية الاستخبارات العسكرية، عن إلقاء القبض على (11) تاجراً ومروجاً للمخدرات في العاصمة بغداد، فيما أكدت مديرية شرطة الطاقة، ضبط 2.5 مليون لتر من المشتقات المهربة واعتقال 88 متهماً منذ مطلع العام الحالي.

وذكر بيان لمديرية الاستخبارات: أنه "بحسب توجيهات مدير الاستخبارات العسكرية الفريق الركن حسن جواد السيلوي بضرورة تبادل المعلومات والتعاون والتنسيق مع باقي الأجهزة الأمنية والاستخبارات في قيادة عمليات بغداد، وعلى إثر معلومات استخباراتية دقيقة لقسم الاستخبارات والأمن في القيادة ذاتها، تم نصب سيطرات مفاجئة من قبل المفازر المشتركة في مختلف مناطق العاصمة بغداد". وأضاف أن "عناصر الاستخبارات العسكرية في



المفازر المشتركة تمكنت من الإطاحة بـ(11) تاجراً ومروجاً للمخدرات في مناطق متفرقة من العاصمة بغداد". وأوضح البيان، أن "الملقى القبض عليهم يشكلون شبكات توزيع تنشط في عدد من مناطق العاصمة"، مشيراً إلى أنه "تم تسليمهم مع المواد التي ضبطت بحوزتهم إلى الجهات المعنية

"مداهمة 9 أوكار تستخدم كمنطلقات لعمليات التلاعب والمتاجرة غير المشروعة، فضلاً عن ضبط 3 محطات وقود مخالفة للضوابط".

وتابع أن "كميات المنتجات النفطية التي تم التحفظ عليها خلال هذه الفترة بلغت نحو 2,580,000 لتر".

وبشأن تأمين الخطوط الناقلة، أكد المدير العام أن "نسبة الخروقات والتجاوزات على الأنايب النفطية بلغت (صفر بالمئة)، في حين وصلت نسبة الحد من عمليات التهريب بشكل عام إلى 98 بالمئة"، معتبراً إياها طفرة نوعية في الملف الأمني النفطي.

وأوضح، أن "المديرية تعتمد حالياً على منظومة مراقبة متطورة تشمل الكاميرات الحرارية والطائرات المسيرة (الدرونات) لتأمين المنشآت الحيوية وخطوط الأنايب"، مشدداً على "استمرار ملاحقة المتجاوزين وإحالتهم إلى القضاء لينالوا جزاءهم العادل".

التجارة: خزين الحنطة يكفي لنهاية العام ويغطي الحاجة الفعلية

الرسمية: إنه «لدينا خزيناً يكفي لنهاية العام وليس فقط للتسويق، وكل ما سيأتي خلال الموسم التسويقي سيكون خزيناً استراتيجياً لعام ٢٠٢٧». وأضاف أن «الكميات الموجودة حالياً تبلغ بحدود ٣ ملايين و٧٠٠ ألف طن، وهي تكفي لنهاية العام الحالي».

وقال مدير عام الشركة العامة لتجارة الحبوب حيدر نوري الكرعواوي للوكالة

بغداد / متابعة صوت القلم:

الأنواء: أمطار وانخفاض في درجات الحرارة منتصف الأسبوع

أعلنت هيئة الأنواء الجوية، عن تفاصيل حالة الطقس في البلاد للأيام المقبلة، فيما توقعت هطولاً للأمطار وانخفاضاً في درجات الحرارة منتصف الأسبوع. وذكر بيان للهيئة: أن «اليوم الأحد سيكون الطقس صحواً في المنطقتين الوسطى والجنوبية مع بعض الغيوم في المنطقة الشمالية، ودرجات الحرارة ترتفع قليلاً على العموم».

بغداد / صوت القلم:

8 شخصيات عراقية مؤثرة.. الدكتور فاضل السامرائي

السوداني يؤكد حرص الحكومة على خدمة جميع العراقيين



بغداد / صوت القلم:

مصر والأردن يدينان تصريحات السفير الأميركي لدى الإحتلال الإسرائيلي

بغداد / متابعة صوت القلم:

روسيا: حرب أوكرانيا شارفت على النهاية

بغداد / متابعة صوت القلم:

عراقجي ردا على ترامب: من يشكك في بياناتنا فليقدم الأدلة

بغداد / متابعة صوت القلم:

4 ما الفرق بين (الصوم والصيام) وما فضل تلاوة القرآن الكريم؟

إحصائية: بغداد ثاني أكبر مدينة عربية من حيث عدد السكان في ٢٠٢٦

بغداد / متابعة صوت القلم:

موسكو / متابعة صوت القلم:

بغداد / متابعة صوت القلم:

طهران / متابعة صوت القلم:

بغداد / متابعة صوت القلم:

وزير الصحة يؤكد ضرورة الارتقاء بالخدمات الطبية وتحسين مستوى الرعاية



بغداد / صوت القلم:

أكد وزير الصحة صالح مهدي الحسناوي، ضرورة الارتقاء بجودة الخدمات الطبية وتحسين مستوى الرعاية الصحية.

وذكر بيان للوزارة: أن "وزير الصحة صالح مهدي الحسناوي، تفقد خلال زيارة ميدانية إلى مستشفى الرموك التعليمي في بغداد، مستوى الخدمات الصحية المقدمة للمواطنين، ومتابعة سير العمل في الأقسام الطبية المختلفة، يرافقه مدير عام دائرة صحة بغداد الكرخ وائل الكبيسي، ومدير عام

دائرة التفتيش صباح نوري في الوزارة". وأطلع الوزير الطوارئ والعمليات الجراحية الخزعلي، وعدد من المعنيين على "سير العمل في أقسام والردهات الاستشارية،

مستمعاً إلى شرح قدمته إدارة المستشفى حول آلية العمل وحجم المراجعين والتحديات التي تواجه الملاكات الصحية"، مؤكداً "ضرورة الارتقاء بجودة الخدمات الطبية وتحسين مستوى الرعاية الصحية المقدمة". والتقى الحسناوي، بحسب البيان، "بعدد من المرضى والمراجعين واستمع إلى ملاحظاتهم، موجهاً بتسهيل الإجراءات وتعزيز الانضباط الوظيفي وتقديم الخدمات وفق المعايير المهنية والإنسانية"، مشدداً على "استمرار الزيارات الميدانية لدعم المؤسسات الصحية والارتقاء بأدائها".

السوداني يؤكد حرص الحكومة على خدمة جميع العراقيين



بغداد / صوت القلم:

في الجوانب الخدمية والاجتماعية والاقتصادية، ومنها ملف النازحين وما يخص متطلبات إعادة توطينهم". وأكد رئيس الوزراء بحسب البيان "حرص الحكومة على خدمة جميع العراقيين، وخصوصاً أبناء المكونات المضحية التي تعرضت للاستهداف على يد عصابات داعش الارهابية، ومنها المكون الإيزيدي، وبما يضمن تحقيق وتسريع عودة النازحين، وإعادة بناء حياتهم في بيئة آمنة ومستقرة".

أكد رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، حرص الحكومة على خدمة جميع العراقيين وخصوصاً أبناء المكونات المضحية. وذكر مكتبه الاعلامي في بيان: ان "رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، استقبل النائب عن المكون الإيزيدي مراد إسماعيل". وأضاف البيان انه "جرى خلال اللقاء بحث القضايا العامة في البلد، ولاسيما ما يتعلق بقضاء سنجان

النزاهة تضبط (٤) متهمين بالتجاوز على عقارات الدولة والاستيلاء على المال العام في نينوى



بغداد / متابعة صوت القلم:

أعلنت هيئة النزاهة الاتحادية، تنفيذ عمليتي ضبط منفصلتين، تمّ خلالهما ضبط (4) متهمين بالتجاوز على عقارات عائدة للدولة والاستيلاء على المال العام في محافظة نينوى.

وذكرت الهيئة في بيان: أن "فريق عمل مديريّة تحقيق نينوى، الذي انتقل إلى جمعيّة إسكان مونتسبي مديريّة الزراعة في المحافظة، قام بضبط ثلاثة من أعضاء الجمعيّة: واستحصل مبالغ

لقيامهم بتقطيع أراضٍ عائدة للدولة، وبيعها إلى المواطنين مقابل مبالغ ماليّة، بصورة مخالفة للقانون، لافتة إلى ضبط أصل العقود التي أبرمتها الجمعيّة مع المشترين". وعلى صعيد آخر، اشارت الى انه "تمكّن الفريق من ضبط أحد موظفي قاطع "نركال" البلدي التابع لمديريّة بلدية الموصل: على خلفيّة قيامه باستغلال وظيفته والاستيلاء بغير حقّ على مال مملوك للدولة، واستحصل مبالغ

رسوم جباية لمدة التي تسلمها لمصلحته دون قطع وصولات جباية". وأضاف "تمّ محاكمة تحقيق نينوى المختصة بقضايا من قانون العقوبات.

الأنواء: أمطار وانخفاض في درجات الحرارة منتصف الأسبوع



بغداد / صوت القلم:

أعلنت هيئة الأنواء الجوية، عن تفاصيل حالة الطقس في البلاد للأيام المقبلة، فيما توقعت هطولاً للأمطار وانخفاضاً في درجات الحرارة منتصف الأسبوع.

وذكر بيان للهيئة: أن "اليوم الأحد سيكون الطقس صحواً في المنطقتين الوسطى والجنوبية مع بعض الغيوم في المنطقة الشمالية، ودرجات الحرارة ترتفع قليلاً على العموم".

وتابع، أن "درجات الحرارة العظمى اليوم الأحد في جميع محافظات العراق، كالتالي: دهوك 20، نينوى 21، أربيل والسليمانية 22، صلاح الدين وكركوك 24، الأنبار 25، ديالى 27، بغداد وواسط 28، النجف الأشرف وكربلاء المقدسة وبابل والمنفى 29، الديوانية وذي قار والبصرة 30، ميسان 31".

وأضاف، أن "يوم غد الإثنين سيكون الطقس صحواً يتحول إلى غائم جزئي، ودرجات الحرارة تنخفض بضع درجات في المنطقتين الوسطى والشمالية ومقاربة في المنطقة الجنوبية".

وأشار إلى، أن "طقس يوم الثلاثاء سيكون غائماً جزئياً إلى غائم مع تساقط امطار خفيفة في المنطقة الشمالية وفرصة لتساقط امطار في المنطقة الوسطى، ودرجات الحرارة تنخفض قليلاً على العموم".

وذكر البيان، أن "الأربعاء القادم سيكون الطقس غائماً جزئياً يتحول إلى غائم مع تساقط امطار خفيفة في المنطقة الشمالية وصحواً في المنطقتين الوسطى والجنوبية، ودرجات الحرارة مقاربة في المنطقتين الوسطى والشمالية وتنخفض قليلاً في المنطقة الجنوبية".

التجارة: خزين الحنطة يكفي لنهاية العام ويغطي الحاجة الفعلية



بغداد / متابعة صوت القلم:

أكدت الشركة العامة لتجارة الحبوب، أن خزين الحنطة يكفي لنهاية العام ويغطي الحاجة الفعلية، فيما بينت أن كميات الموسم التسويقي ستعزز الخزين الاستراتيجي لعام 2027.

وقال مدير عام الشركة العامة لتجارة الحبوب حيدر نوري الكرعاوي للوكالة الرسمية: إنه "لدينا خزيناً يكفي لنهاية العام

وليس فقط للتسويق، وكل ما سيأتينا خلال الموسم التسويقي سيكون خزيناً استراتيجياً لعام 2027". وأضاف أن "الكميات الموجودة حالياً تبلغ بحدود 3 ملايين و700 ألف طن، وهي تكفي لنهاية العام الحالي". وفي وقت سابق، أكد الكرعاوي أن العراق يمتلك حالياً خزيناً من الحنطة في الصوامع والمخازن يكفي حتى عام 2027 في حال عدم وجود إنتاج جديد.

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

sawtalqalam8 @ gmail.com
alnasday@yahoo.com

07730004671
07812930999

للتواصل

الجيش الأمريكي يجلي مئات الجنود من قاعدة العديد بقطر

واشنطن / متابعة صوت القلم:

تتواصل فيه مفاوضات بين إيران والولايات المتحدة بشأن البرنامج النووي الإيراني، بينما تواصل واشنطن حشد قواتها العسكرية في المنطقة وسط تهديدات بشن هجوم على إيران. وبحسب معلومات تداولتها حسابات على مواقع التواصل الاجتماعي تتابع وتحلل استخبارات من مصادر مفتوحة، فقد وصلت خلال الأسبوع الأخير أكثر من 100 طائرة تابعة للجيش الأمريكي إلى قواعد أمريكية في أوروبا

كشفت صحيفة نيويورك تايمز أن الجيش الأمريكي قام بإجلاء مئات من جنوده المتمركزين في قاعدة العديد الجوية بقطر. ونقلت الصحيفة عن مسؤولين في وزارة الدفاع الأمريكية، أن مئات الجنود جرى إجلاؤهم من قاعدة العديد، مشيرين إلى تنفيذ عمليات إخلاء مماثلة من قواعد في البحرين حيث يتمركز الأسطول الخامس الأمريكي. وتأتي هذه التطورات في وقت



والشرق الأوسط.

أمور سيئة.

فيما تحمل حاملتا الطائرات "يو إس إس أبراهام لينكولن" و"يو إس إس جيرالد آر. فورد" أكثر من 120 طائرة مقاتلة. البلاد.

وكان الرئيس الأمريكي دونالد ترامب قد صرح، خلال مشاركته في اجتماع "مجلس السلام" بواشنطن مؤخراً، بأن مسار التطورات المتعلقة بإيران سيتضح خلال عشرة أيام، قائلاً: "يجب أن نتوصل إلى اتفاق ذي معنى مع إيران، وإلا فستحدث

عراقجي ردا على ترامب: من يشكك في بياناتنا فليقدم الأدلة

طهران / متابعة صوت القلم:

تعقيباً على ادعاءات الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، أكد وزير الخارجية الإيراني عباس عراقجي على أنه "إذا كان هناك من يشكك في صحة بياناتنا، فليتحدث بالأدلة".

جاء ذلك في مدونة لعراقجي على حسابه على موقع التواصل الاجتماعي "إكس"، مضيفاً: "تماشياً مع التزامنا بالشفافية الكاملة أمام شعبنا، نشرت الحكومة الإيرانية سابقاً القائمة الشاملة لجميع الضحايا الـ 3117 للعملية الإرهابية الأخيرة، من بينهم حوالي 200 من عناصر قوات إنفاذ القانون"، بحسب ما نقلت وكالة أنباء "إرنا" الإيرانية امس السبت. وأوضح وزير الخارجية الإيراني، قائلاً: "إذا كان هناك من يشكك في صحة بياناتنا، فليتحدث بالأدلة". وأفادت "إرنا" أن "مكتب رئاسة الجمهورية الإيرانية



قد أصدر سابقاً بياناً بناءً على سياسة الشفافية والمساءلة، وبيعا وتوجيه من الرئيس مسعود برشكيان، قائمة بأسماء 2986 من ضحايا الأحداث الأخيرة، بعد تجميع الأسماء التي أعدتها منظمة الطب الشرعي في البلاد ومطابقتها مع منظمة تسجيل الأحوال المدنية ونشر قائمة بيانات 2986 شخصاً من المتوفين في الأحداث الأخيرة". وأكد مكتب رئاسة الجمهورية في بيان صادر بشأن أحداث الثامن

بغداد / متابعة صوت القلم:

أدانت مصر والأردن، تصريحات السفير الأمريكي لدى الاحتلال الإسرائيلي مايك هاكابي، حول سيطرة إسرائيل على الشرق الأوسط بأكمله، إضافة إلى الضفة الغربية. وانتقدت القاهرة تصريحات هاكابي في أحد البرامج الحوارية، التي تضمنت مزاعم بشأن أحقية الاحتلال الإسرائيلي في أرض تابعة لدول عربية، باعتبارها تمثل "خروجاً سافراً على مبادئ القانون الدولي وميثاق الأمم المتحدة". وأعربت مصر عن استغرابها إزاء صور هذه التصريحات

مصر والأردن يدينان تصريحات السفير الأمريكي لدى الاحتلال الإسرائيلي

التي تتناقض مع الرؤية التي طرحها الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، والنقاط العشرين ذات الصلة بإنهاء الحرب في قطاع غزة، وكذلك مؤتمر مجلس السلام الذي عقد بواشنطن يوم 19 فبراير (شباط) 2026، وفقاً لبيان للمتحدث باسم الخارجية المصرية. وأكدت مصر مجدداً أنه لا سيادة للإحتلال الإسرائيلي على الأرض الفلسطينية المحتلة أو غيرها من الأراضي العربية، مشددة على رفضها القاطع لأي محاولات لضم الضفة الغربية أو فصلها عن قطاع غزة، وكذلك رفض توسيع الأنشطة الاستيطانية في الأرض

ارتفاع عدد ضحايا العدوان الإسرائيلي على غزة إلى أكثر من ٧٢ ألف شهيداً

وذكرت وزارة الصحة في غزة: أن مستشفيات قطاع غزة استقبلت خلال الـ 48 ساعة الماضية وحتى اللحظة: 612 شهيداً، فيما لا يزال عدد من الضحايا تحت الركام وفي الطرقات، حيث تعجز طواقم الإسعاف

غزة / متابعة صوت القلم:

ارتفعت حصيلة عدوان الاحتلال الإسرائيلي على قطاع غزة منذ السابع من أكتوبر 2023 إلى 72 ألفاً و 70 شهيداً، بالإضافة إلى 171 ألفاً و 738 مصاباً.

ترامب يعلن زيادة نسبة التعريفات الجمركية الدولية من ١٠ إلى ١٥٪

فيهم من عينه بنفسه، ووصفهم بأنهم "حمقى" وأدوات في أيدي الديمقراطيين. وقال ترامب للصحفيين "إنهم غير وطنيين وغير مخلصين لدستورنا... أرى أن المحكمة تأثرت بمصالح أجنبية".

الولايات المتحدة التجاريين تقريباً. والحكم الذي صاغه رئيس المحكمة العليا المحافظ جون روبرتس جاء واضحاً في نطاقه وتأثيره، ولم يترك مجالاً لأحد حتى يجادل بأن الرسوم الجمركية شرعية، فقد رفضها بشكل لا لبس فيه دون أن يتطرق إلى الدعايات

واشنطن / متابعة صوت القلم:

فرضها منذ عودته للرئاسة. وقال ترامب على منصته الاجتماعية تروث سوشال إنه بعد مراجعة شاملة لقرار المحكمة الذي وصفه بأنه "معادٍ لأميركا للغاية"، قرر رفع رسوم الاستيراد إلى المستوى المسموح به بالكامل، والذي تم اختياره قانونياً،

روسيا: حرب أوكرانيا شارفت على النهاية.. وواشنطن تدعم التسوية

كما يبذل زيلينسكي أن الجيش الأوكراني حرر 300 كلم مربع خلال الهجوم المضاد. من جهة أخرى اتهم زيلينسكي موسكو باستغلال فكرة إجراء انتخابات في أوكرانيا للإطاحة به، مشيراً إلى ضرورة نشر قوات أوروبية قرب الجبهة في حال إرساء وقف لإطلاق النار. كما دعا زيلينسكي بولندا لنشر قواتها قرب الخطوط الأمامية للجبهة، قائلاً إن بلاده لا تحتاج لانتشار العناصر البولنديين بأقصى غرب البلاد.



موسكو / متابعة صوت القلم:

وقدم كبير المفاوضين الروس فلاديمير ميدينسكي، ونائب رئيس الأركان العامة إيغور كوستيوكوف، تقريراً عن المفاوضات التي جرت في جنيف، وذلك خلال اجتماع مجلس الأمن في موسكو مع الرئيس الروسي أمس الجمعة. من جهته، أكد الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي أن واشنطن وموسكو تطلبان من كييف التخلي عن دونباس. وأضاف في تصريحات لـ"فرانس برس" أن روسيا لا تزال تضغط من أجل إجبار كييف على ترك دونباس،

فيما تتم الحرب الروسية الأوكرانية عامها الرابع، أكد المستشار الوزاري بالسفارة الروسية في الولايات المتحدة أندريه ليدينييف، السبت، خلال فعالية أقامتها السفارة في واشنطن، أن الصراع الروسي الأوكراني بات يقترب من نهايته. وأوضح أن الإدارة الأمريكية الحالية تدعم بنشاط مفاوضات التسوية. وطلب الرئيس فلاديمير بوتين من الوفد الروسي، الذي حضر محادثات جنيف، استكشاف "حلول سلمية".

ما الفرق بين ((الصوم والصيام)) وما فضل تلاوة القرآن الكريم ؟

لفظ ((الصيام)) جاء في سبع آيات من القرآن الكريم ولفظ ((الصوم)) لم يرد إلا مرة واحدة

بغداد / صوت القلم:



سؤال مهم يتكرر في كل موسم رمضاني: ما الفرق بين الصيام والصوم؟ وهل هناك اختلاف دلالي أو شرعي بين الكلمتين، أم أنهما مترادفتان؟
يظن بعض الناس أن هناك فرقا كبيرا بين المصطلحين، بينما يرى آخرون أنهما يحملان المعنى نفسه.
هل هناك فرق في الاستعمال الشرعي بين لفظي الصوم والصيام؟

الاجتماع في المساجد من أجل تلاوته، قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((ما اجتمع قوم في بيت من بيوت الله، يتلون كتاب الله، ويتدارسونه بينهم، إلا نزلت عليهم السكينة، وغشيتهم الرحمة وحفتهم الملائكة، وذكرهم الله فيمن عنده)).

وقد ورد أن رسول الله كان يتدارس القرآن بين يدي جبريل ليلاً؛ ففي الليل تتجلى السكينة والأنس، ويصفو فكر المرء مما يعكره.

ويستحب أيضاً أن يتطهر المسلم، ويتوجه إلى القبلة حين تلاوة القرآن الكريم، ويجوز أن يقرأه في أحواله جميعها؛ أثناء قيامه، وقعوده، واضطجاعه، وركوبه؛ فهو من ذكر الله، وقد قال الله -تعالى-: ((الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ)).

ولقراءة القرآن الكريم في شهر رمضان فضائل عدة، نبينها على النحو الآتي:

(- الصيام والقرآن شفيهان لصاحبهما يوم القيامة).. فالصيام يمنع صاحبه من الطعام والشراب والشهوة، والقرآن يمنع صاحبه النوم في الليل ليقرأه، لذا فقد ترتب عليهما الأجر الكبير والشفاعة.

(- مدح رسول الله أهل القرآن الذين يعيشون معه، ويقرأون آياته، ويتدبرون معانيه) فقال: ((خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ)).

(- أجزل المولى سبحانه وتعالى لأهل القرآن العطاء؛ فترقى بهم تلاوتهم إلى الدرجات العلى في الجنة، كما أن بكل حرف يقرؤه المسلم من كتاب الله حسنة، والحسنة بعشرة أمثالها، والله -عز وجل- يضاعف أجر قارئ القرآن؛ ثواباً له).

(- تدبر القراءة يدعو إلى التفكر، وكلما قرأ المسلم المزيد من الآيات زاد إقباله على الله تعالى؛ لما يرى من الثواب الممتد الذي أعده الله لعباده المتقين، وما أعده الله من العذاب للكافرين الذين خرجوا عن طاعته -تعالى-، وبين تلك الآيات جميعها يقرأ دعوة الله عباده إلى التوبة، وكل ذلك يؤدى به إلى النجاة من عقاب الله، والفوز برضوانه).

(- ينال المسلم مثوبة أكبر عند تلاوة القرآن بتدبر؛ بحيث يفهم ما يقرأ، ويمتثل له؛ فيأتمر بالمأمور، وينتهي عن المنهي عنه، ويستعيز من المعوذ منه، ويسأل الله الهدى والجنة، وبهذا يكون القرآن حجة له، لا عليه).

الصيام باب من أبواب التقوى

قال الله -تعالى-: ((يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ)).

الصوم يحمي المسلم من النار

قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((الصيام جنة من النار، كجنة أحدكم من القتال)).

الصيام يحمي المسلم من الشهوات

قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنِ اسْتِطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فليَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصَرِ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ)).

صيام يوم في سبيل الله -تعالى- يُبَاعِدُ بِهِ اللَّهُ -تعالى- النار عن وجه صاحبه سبعين سنة قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ، بَعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ حَرِيْفًا)).

الصوم امتثال لوصية النبي -صلى الله عليه وسلم-: ((عليك بالصوم فإنه لا مثل له)).

الصوم يدخل الجنة من باب الريان

قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((إِنَّ فِي الْجَنَّةِ بَابًا يُقَالُ لَهُ الرَّيَّانُ، يَدْخُلُ مِنْهُ الصَّائِمُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، لَا يَدْخُلُ مِنْهُمْ أَحَدٌ غَيْرُهُمْ، يُقَالُ: أَيْنَ الصَّائِمُونَ؟ فَيَدْخُلُونَ مِنْهُ، فَإِذَا دَخَلَ آخِرُهُمْ، أُغْلِقَ فَلَمْ يَدْخُلْ مِنْهُ أَحَدٌ)).

الصيام يكفر الذنوب والخطايا

قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((فَتَنَّةُ الرَّجُلِ فِي أَهْلِهِ وَمَالِهِ وَوَلَدِهِ وَجَارِهِ، تَكْفَرُهَا الصَّلَاةُ وَالصَّوْمُ وَالصَّدَقَةُ وَالْأَمْرُ وَالنَّهْيُ)).

الصوم يزيل ما في الصدر من الأحقاد والضغائن والوسوسة

قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((صَوْمٌ شَهْرٍ الصَّبْرُ وَثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ يَذْهَبُ وَحَرَ الصَّدْرِ)).

الصوم باب من أبواب الخير

لحديث معاذ -رضي الله عنه- أن رسول الله -صلى الله عليه وسلم- قال: ((ألا أدلك على أبواب الخير؟ قلت: بلى يا رسول الله! قال: الصوم جنة، و الصدقة تطفيء الخطيئة كما تطفيء الماء النار)).

ما فضل تلاوة القرآن الكريم

في رمضان؟

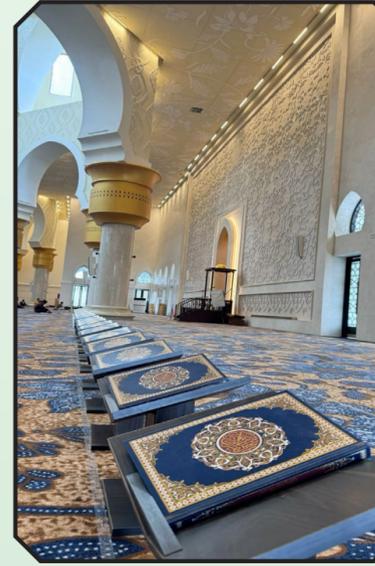
يُستحب الإكثار من تلاوة القرآن الكريم ومدارسته في رمضان، ويُستحب أيضاً

العقَاب). سورة البقرة آية 196
- (وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ أَنْ يَقْتُلَ مُؤْمِنًا إِلَّا خَطَأً وَمَنْ قَتَلَ مُؤْمِنًا خَطَأً فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مُؤْمِنَةٌ وَبِئْسَ مُسْلِمًا إِلَىٰ أَهْلِهِ إِلَّا أَنْ يَصَدَّقُوا فَإِنْ كَانَ مِنْ قَوْمٍ عَدُوٍّ لَكُمْ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مُؤْمِنَةٌ وَإِنْ كَانَ مِنْ قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ فِدْيَةٌ مُسْلِمَةٌ إِلَىٰ أَهْلِهِ وَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مُؤْمِنَةٌ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامٌ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ تَوْبَةً مِّنَ اللَّهِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا). سورة النساء آية 92
- (لَا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ وَلَكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا عَقَدْتُمُ الْإِيمَانَ فَكَفَّارَتُهُ إِطْعَامُ عَشْرَةِ مَسَاكِينَ مِنْ أَوْسَطِ مَا تُطْعَمُونَ أَوْ كِسْفَتُهُمْ أَوْ كِسْفَتُهُمْ أَوْ تَحْرِيرُ رَقَبَةٍ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامٌ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ ذَلِكَ كَفَّارَةُ أَيْمَانِكُمْ إِذَا حَلَفْتُمْ وَاحْفَظُوا أَيْمَانَكُمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ). سورة المائدة آية 89
- (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْتُلُوا الصَّيِّدَ وَأَنْتُمْ حُرْمٌ وَمَنْ قَتَلَهُ مِنْكُمْ مُتَعَمِّدًا فَجَزَاءٌ مِّثْلُ مَا قَتَلَ مِنَ النَّعْمِ يَحْكُمُ بِهِ ذَوَا عَدْلٍ مِنْكُمْ هَدِيًّا بِالِغِ الْكَعْبَةِ أَوْ كَفَّارَةٌ طَعَامُ مَسَاكِينَ أَوْ عَدْلٌ ذَلِكَ صِيَامًا لِيَذُوقَ وَبَالَ أَمْرِ عَفَا اللَّهُ عَمَّا سَلَفَ وَمَنْ لَّيْدُوقْ وَبَالَ أَمْرِ عَفَا اللَّهُ عَمَّا سَلَفَ وَمَنْ عَادَ فَيَنْتَقِمْ اللَّهُ مِنْهُ وَاللَّهُ عَزِيزٌ ذُو انْتِقَامٍ).

سورة المائدة آية 95
- (فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامٌ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَا فَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فِإِطْعَامُ سِتِّينَ مِسْكِينًا ذَلِكَ لِتُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَلِلْكَافِرِينَ عَذَابٌ أَلِيمٌ). سورة المجادلة آية 4
أيات الصوم في القرآن الكريم
ذكر لفظ الصوم في القرآن الكريم على لسان مريم -عليها السلام-، فقد قال الله -تعالى-:
- (فَكُلِّي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا فَإِمَّا تَرَيَنَّ مِنَ النَّبَشِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا). سورة البقرة آية 183
- (أَجَلٌ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثِ إِلَىٰ نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ فَالآنَ بَاشِرُوهُنَّ وَابْتَغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتُمُوا الصِّيَامَ إِلَىٰ اللَّيْلِ وَلَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرُبُوهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ). سورة البقرة آية 187
- (وَأَتُمُوا الْحَجَّ وَالْعُمْرَةَ لِلَّهِ فَإِنْ أُحْصِرْتُمْ فَمَا اسْتَيْسَرَ مِنَ الْهَدْيِ وَلَا تَخْلُقُوا زُرُوسًا حَتَّىٰ يَبْلُغَ الْهَدْيُ مَحَلَّهُ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ بِهِ آدَىٰ مِنْ رَأْسِهِ فَفِدْيَةٌ مِّنْ صِيَامٍ أَوْ صَدَقَةٌ أَوْ نُسُكٌ فَإِذَا أَمِنْتُمْ فَمَنْ تَمَتَّعَ بِالْعُمْرَةِ إِلَىٰ الْحَجِّ فَمَا اسْتَيْسَرَ مِنَ الْهَدْيِ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامٌ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ فِي الْحَجِّ وَسَبْعَةٍ إِذَا رَجَعْتُمْ تِلْكَ عَشْرَةٌ كَامِلَةٌ ذَلِكَ لِمَنْ لَمْ يَكُنْ أَهْلُهُ حَاضِرِي الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ

إلا مرة واحدة، وذلك في قوله -تعالى-: ((فَكُلِّي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا فَإِمَّا تَرَيَنَّ مِنَ النَّبَشِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا))، وقصد بالصوم هنا الإمساك عن الكلام.

آيات الصيام في القرآن الكريم



ذكر الصيام في العديد من الآيات في القرآن الكريم نذكر منها ما يأتي:

قال الله -تعالى-:
- (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ). سورة البقرة آية 183
- (أَجَلٌ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثِ إِلَىٰ نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ فَالآنَ بَاشِرُوهُنَّ وَابْتَغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتُمُوا الصِّيَامَ إِلَىٰ اللَّيْلِ وَلَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرُبُوهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ). سورة البقرة آية 187
- (وَأَتُمُوا الْحَجَّ وَالْعُمْرَةَ لِلَّهِ فَإِنْ أُحْصِرْتُمْ فَمَا اسْتَيْسَرَ مِنَ الْهَدْيِ وَلَا تَخْلُقُوا زُرُوسًا حَتَّىٰ يَبْلُغَ الْهَدْيُ مَحَلَّهُ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ بِهِ آدَىٰ مِنْ رَأْسِهِ فَفِدْيَةٌ مِّنْ صِيَامٍ أَوْ صَدَقَةٌ أَوْ نُسُكٌ فَإِذَا أَمِنْتُمْ فَمَنْ تَمَتَّعَ بِالْعُمْرَةِ إِلَىٰ الْحَجِّ فَمَا اسْتَيْسَرَ مِنَ الْهَدْيِ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامٌ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ فِي الْحَجِّ وَسَبْعَةٍ إِذَا رَجَعْتُمْ تِلْكَ عَشْرَةٌ كَامِلَةٌ ذَلِكَ لِمَنْ لَمْ يَكُنْ أَهْلُهُ حَاضِرِي الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ

والصوم: هو الكف عن المفطرات والكلام، كما كان في الشرائع السابقة، وإليه يشير قوله تعالى مخاطباً مريم عليها السلام: ((فِيمَا تَرَيَنَّ مِنَ النَّبَشِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا)) (مريم: 26)

والقول الثاني: أنه لا يوجد فرق بين الصيام والصوم في اللغة، وأن كلا اللفظين بمعنى واحد.

الفرق بين الصوم والصيام بأدلة من القرآن

يتفق المعنى اللغوي للصيام والصوم بأنه الإمساك عن أي فعل أو قول، أما في الاصطلاح فيعرّف الصوم والصيام بأنه: الإمساك عن الأكل، والشرب، والجماع من الصباح إلى المغرب مع النية، وهذا الاتفاق مبني على الأحاديث النبوية التي استخدمت المصطلحين في التعبير عن نفس الدلالة. لكن نجد أن القرآن الكريم قد فرّق بين المصطلحين من حيث أن السبع آيات التي ذكر فيها الصيام كانت الدلالة واضحة بأنه الإمساك عن الطعام، والشراب، والجماع، من الصباح إلى المغرب، أما لفظ الصوم فلم يُذكر

القرآن الكريم استخدم لفظ الصيام في سياق الفريضة، واستخدم لفظ الصوم في سياق الامتناع العام.

نعم.. لا يوجد فرق في الاستعمال الشرعي بين لفظي الصوم والصيام في المعنى، أي: أنهما يدلان على نفس المعنى وهو الإمساك المخصوص المعهود شرعاً، وما دام لا يوجد فارق بين اللفظين، فلا يُتصور ترتّب أي أحكام شرعية على أحدهما عند إطلاقه لا تترتب على الآخر؛ لأنهما مستويان في الدلالة على معنى واحد وهو المذكور، ولا توجد دلالة شرعية زائدة يدل عليها أحدهما دون الآخر.

جاء التعبير بلفظ "الصيام" في سبع آيات من آيات القرآن الكريم، أما لفظ "الصوم" فإنه لم يرد إلا مرة واحدة، وهو قوله تعالى: ((فِيمَا تَرَيَنَّ مِنَ النَّبَشِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا)) (مريم: 26).

ولذا، فيكون لأهل اللغة في وجود فارق بين ما يدل عليه كلا اللفظين قولان:

القول الأول: أنه يوجد فرق بين الصيام والصوم، فالصيام هو الإمساك عن المفطرات مع النية، والصوم هو الإمساك عن المفطرات وعن الكلام أيضاً.

ويرشد إليه قوله تعالى: ((كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ)) (البقرة: 183).

والقول الثاني: أنه لا يوجد فرق بين الصيام والصوم في اللغة، وأن كلا اللفظين بمعنى واحد.

الفرق بين الصوم والصيام بأدلة من القرآن

يتفق المعنى اللغوي للصيام والصوم بأنه الإمساك عن أي فعل أو قول، أما في الاصطلاح فيعرّف الصوم والصيام بأنه: الإمساك عن الأكل، والشرب، والجماع من الصباح إلى المغرب مع النية، وهذا الاتفاق مبني على الأحاديث النبوية التي استخدمت المصطلحين في التعبير عن نفس الدلالة. لكن نجد أن القرآن الكريم قد فرّق بين المصطلحين من حيث أن السبع آيات التي ذكر فيها الصيام كانت الدلالة واضحة بأنه الإمساك عن الطعام، والشراب، والجماع، من الصباح إلى المغرب، أما لفظ الصوم فلم يُذكر

الغراف يهزم دهوك ونوروز يتغلب على النجف



بغداد/ صوت القلم:

في الدقيقة 80، ثم سجل بيتر كوركيس الهدف الثالث لفريقه في الدقيقة 85.

وبهذا الفوز رفع الغراف رصيده إلى 29 نقطة في المركز الثامن، فيما تجمد رصيد دهوك عند 27 نقطة في المركز الحادي عشر.

وضمن الجولة ذاتها، تغلب فريق نوروز على ضيفه النجف بنتيجة 2-0، في المباراة التي جرت على ملعب نوروز في السليمانية بالتوقيت ذاته.

وسجل نوروز هدفه في الشوط الثاني، إذ افتتح إبراهيم محمد رؤوف التسجيل في الدقيقة 80، قبل أن يضيف محمد رضا الهدف الثاني في الدقيقة 90+6.

وشهد اللقاء طرد لاعب النجف إبراهيم موسى هارون في الدقيقة 70، ليكمل فريقه المباراة

حقق فريق الغراف فوزاً مهماً على ضيفه دهوك بنتيجة 3-4 في افتتاح منافسات الجولة الـ19 من دوري نجوم العراق لكرة القدم.

المباراة التي أقيمت على ملعب الناصرية عند الساعة التاسعة مساءً، انتهى شوطها الأول بتقدم الغراف بهدفين مقابل هدف واحد.

وافتح التسجيل اللاعب فيديليس كوكو في الدقيقة 42، قبل أن يضيف بشير غوراني الهدف الثاني في الدقيقة 45+1، فيما قلص دهوك الفارق في الدقيقة 45+5 عبر يوسف بن سودة بتسديدة قوية من خارج منطقة الجزاء.

وفي الشوط الثاني، عزز فيديليس كوكو تقدم الغراف بتسجيله الهدف الثالث في الدقيقة 66، ورفع نوروز رصيده إلى 22 نقطة في المركز قبل أن يضيف فريقه الهدف الرابع في الدقيقة 78 وقلص دهوك النتيجة عبر كريم درويش

الجوية يتغلب على الطلبة في قمة مباريات دوري النجوم



بغداد/ صوت القلم:

تغلب فريق القوة الجوية على فريق الطلبة بنتيجة (2-1) في المباراة التي جرت على ملعب المدينة الدولي ضمن منافسات الجولة التاسعة عشر من دوري نجوم العراق.

وسجل للقوة الجوية كل من عصام الصبحي ومحمد جواد في الدقيقتين (5 و80)، بينما سجل للطلبة علاء عبد الزهرة في الدقيقة (9+90).

وبهذا الفوز رفع الجوية رصيده إلى 43 نقطة في صدارة الدوري بينما تجمد رصيد الطلبة عند 34 نقطة في المركز الرابع.

عندما لا تسير الأمور كما هو مخطط لها، كما حصل في الهزيمتين أمام أتلتيكو مدريد 0-4 في الكأس وجيرونا 1-2 في الدوري.

وخسر برشلونة صدارة الدوري بفارق نقطتين لصالح غريمه ريال مدريد (60 مقابل 58) الذي يحل ضيفاً على أوساسونا السبت، في حين يستعد عملاق كاتالونيا لاستضافة على ملعبه في "كامب نو" ليفانتني وصيف القاع في اليوم التالي ضمن الجولة 25.

السوداني يوجه بتخصيص طائرة خاصة لبعثة العراق إلى ملحق موندリアル ٢٠٢٦

بغداد/ صوت القلم:

وجه رئيس الوزراء (المنتهية ولايته) محمد السوداني، أمس السبت، بتخصيص طائرة خاصة لبعثة العراق إلى ملحق موندリアル 2026.

وذكر مكتبه الإعلامي في بيان أن "السوداني استقبل رئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم عدنان

درجال، و مدرب المنتخب الوطني غراهام ارنولد،

حيث أطلع على تحضيرات واستعدادات منتخبنا

الوطني لخوض مباراة الملحق العالمي للتصفيات

المؤهلة لنهائيات كأس العالم لكرة القدم 2026،



تحقيق الفوز والتأهل إلى نهائيات كأس العالم 2026.

ويستعد المنتخب العراقي لخوض مباريات الملحق الآسيوي المؤهل إلى نهائيات كأس العالم 2026، حيث يخوض مواجهتين حاسمتين بنظام الذهاب والإياب لتحديد المتأهل.

ويواجه العراق الفائز من مواجهة بوليفيا وسورينام في الملحق العالمي المؤهل، ضمن مباراة فاصلة تُقام في المكسيك خلال آذار/ مارس 2026، على أن تُلعب المواجهة الحاسمة في الأول من نيسان/ أبريل.

ب"تخصيص طائرة خاصة لنقل وفد منتخبنا لخوض مباراة الملحق العالمي المقررة في المكسيك، وكذلك تقديم كل التسهيلات وتذليل العقبات لدعم عمل بعثة المنتخب الوطني، من أجل

وتعكس صورة مشرفة عن الرياضة العراقية أمام العالم"، مؤكداً أن "كرة القدم لم تعد لعبة فقط، وإنما مناسبة لمد جسور الصداقة والتعاون بين مختلف الشعوب".

المقررة في آذار/ مارس المقبل".

وأكد السوداني "مواصلة دعم الحكومة، بكل أشكاله، للمنتخب الوطني الذي يُنتظر منه تحقيق

نتيجة تليق بمكانة العراق ووجهه السوداني،

ترامب يوجه رسالة إلى رونالدو: «نحتاجك في أمريكا»

بغداد/ صوت القلم:

نحتاجك في أمريكا.. انطلق الآن، نحتاجك سريعاً".

فسر البعض الرسالة على أنها دعوة لرونالدو للانضمام إلى الدوري الأمريكي لكرة القدم،

فيما رأى آخرون أنها قد تشير إلى مشاركته في كأس العالم 2026.

وأرقت ترامب الرسالة بمقطع بتقنية الذكاء الاصطناعي، يظهره إلى

جانج كريستيانو ورونالدو وهما يلعبان كرة القدم داخل المكتب في البيت

الأبيض. ويواصل رونالدو مسيرته مع النصر في دوري روشن السعودي منذ انضمامه



دعوة ترامب، فيما أثار الفيديو تفاعلاً واسعاً على منصات التواصل الاجتماعي.

إلى الفريق في صفقة كبيرة عام 2023، دون أن يصدر أي تعليق رسمي من اللاعب أو النادي على

فليك: برشلونة يحتاج إلى قادة في الملعب

بغداد/ صوت القلم:

المباراة: لقد أجرينا محادثات طويلة في الأيام الأخيرة مع اللاعبين وقمنا بتحليل ما نحتاج إلى تحسينه للعودة إلى مستوانا.

وأضاف: نحن بحاجة إلى اللعب معاً، كفريق والقتال من أجل بعضنا البعض. نحتاج أيضاً إلى وضع أنفسنا بشكل أفضل على أرض الملعب، ولدينا الرغبة في الفوز بهذه

المباريات. وتابع المدرب الألماني البالغ 60 عاماً: أنا أدمع فريقتي بنسبة 100 في المئة.

رحب الألماني هانزي فليك مدرب برشلونة بعودة لاعب الوسط بيدري والمهاجم الإنجليزي ماركوس راشفورد من الإصابة السبت، في وقت يتوجب على النادي الكاتالوني التعافي من هزيمتين مؤلمتين والعودة إلى سكة الانتصارات عندما يواجه ليفانتني اليوم الأحد في الدوري الإسباني لكرة القدم.

وقال فليك في مؤتمر صحافي عشية

عندما لا تسير الأمور كما هو مخطط لها، كما حصل في الهزيمتين أمام أتلتيكو مدريد 0-4 في الكأس وجيرونا 1-2 في الدوري.

وخسر برشلونة صدارة الدوري بفارق نقطتين لصالح غريمه ريال مدريد (60 مقابل 58) الذي يحل ضيفاً على أوساسونا السبت، في حين يستعد عملاق كاتالونيا لاستضافة على ملعبه في "كامب نو" ليفانتني وصيف القاع في اليوم التالي ضمن الجولة 25.

النقطة الإيجابية، التي رأيتها في التدريبات، هي عودة بيدري ورأشفورد. يمكن أن يلعب بيدري بضع دقائق، إنه لاعب مختلف، وصفاته تجعله قائداً. يمكن أن يصبح أحد اللاعبين الأساسيين لمستقبل هذا النادي.

ودعا مدرب بايرن ميونخ السابق الذي منح لاعبيه يومين راحة هذا الأسبوع، رجاله إلى "تحمل مسؤولياتهم"، موضحاً أن فريقه بالتحديد "يحتاج إلى قادة في الملعب"

ميسي جاهز لافتتاح الموسم ويتطلع لهدفه رقم ٩٠٠

بغداد/ صوت القلم:

وأكد المدرب الأرجنتيني لحامل اللقب خافيير ماسكيرانو أن "ميسي بخير، لقد تدرّب مع بقية الفريق طوال الأسبوع".

وأضاف "كان في حالة جيدة وأحاسيسه إيجابية للغاية. لذا، فهو مستعد تماماً مثل باقي أفراد الفريق".

وحامت الشكوك حول إمكانية مشاركة ميسي الذي يبلغ رصيده التهديفي حتى الآن 896 هدفاً، في بعد تعرضه لإجهاد في عضلات الفخذ الخلفية لساقه اليسرى في التعادل أمام برشلونة

غواياكيل الإكوادوري 2-2 في السابع من شباط/فبراير.

وعلى الرغم من أن بطل موندリアル قطر 2022 استهل المباراة

أساسياً، إلا أنه اضطر لمغادرة المستطيل الأخضر في الدقيقة 58 ومتابعة اللقاء من على مقاعد البدلاء.

واختار إنتر ميامي إعادة جدولة وديته الأخيرة قبل بداية الموسم أمام إنديبندينتي ديل فالتي الإكوادوري في بورتوريكو إلى 26 الشهر الحالي، بدلاً من موعدها الأصلي في 13 منه.

وعاد الفائز بالكرة الذهبية لأفضل لاعب في العالم 8 مرات إلى التمارين مع بقية أفراد الفريق بعد إصابته بالشد.

أضاف ماسكيرانو "جميع اللاعبين الذين سافروا مع الفريق" إلى كاليفورنيا سيكُونون متاحين، مقرأ أنه يتوقع مباراة صعبة أمام لوس أنجلوس، نظراً للمستوى المرتفع



للفريقين.

وتنتظر إنتر ميامي المتوج بطلاً للدوري بفوزه على فانكوفر وايتكابس، هذا

الموسم استحقاقات عديدة أبرزها مشاركته في كأس أبطال الكونكاكاف.

ويقترب ميسي في سن الـ 38

900.

وسجل "البرغوث" الصغير 896 هدفاً مع الأرجنتين وبرشلونة الإسباني وياريس سان جيرمان الفرنسي وناديه الحالي.

وينتظر المنتخب الأرجنتيني، بطل العالم، مواجهة من العيار الثقيل أمام إسبانيا، بطلة أوروبا، في الدوحة في 27 آذار/

مارس المقبل. ومن المتوقع أن تكون مجرد مسألة وقت فقط قبل أن يسجل ميسي الأهداف الأربعة التي يحتاجها ليصل إلى هدفه الـ 900.

في الوقت الحالي، وحده النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو (41 عاماً) الذي ما زال ينشط في الملاعب مع النصر السعودي، وصل إلى هذا الحاجز، بعدما حقق هذا الإنجاز في

أيلول/سبتمبر 2024.

عزز "سي آر 7" رصيده التهديفي إلى 962 هدفاً وبات على بُعد 38 هدفاً من 1000 هدف.

بدأت رحلة ميسي التهديفية في أيار/مايو 2005، عندما خرج اللاعب المراهق من مقاعد البدلاء في الدقيقتين الأخيرتين من فوز برشلونة على ألباسيتي 2-0، ليسجل هدف فريقه الثاني

والاول له في عالم الاحتراف. وتتوزع أهداف ميسي على الشكل التالي: 672 هدفاً في 778 مباراة مع برشلونة، و32 هدفاً في 75 مباراة مع سان جرمان، و77 هدفاً في 88 مباراة مع إنتر

ميامي، إضافة إلى 115 هدفاً في 196 مباراة بقميص منتخب بلاده، ليصل إجمالي أهدافه إلى 896 هدفاً في 1137 مباراة.

النظام الغذائي

كيف يتحول جسمك من التعب إلى الطاقة خلال الصيام؟



مع بداية شهر رمضان، يدخل الجسم مرحلة غير معتادة من الصيام والامتناع عن الطعام والشراب لساعات طويلة. إلا أن فهم مراحل الصيام يساعد الصائم على التعامل مع التعب والخمول بطريقة علمية. بحسب ما يؤكد الاختصاصي زابين مهروف، استشاري التخدير وطب العناية المركزة في مستشفى أدينبروك في كامبريدج:

يبدأ التحدي الأكبر في أول يومين تبدأ الصعوبة في أول يومين؛ لأن الجسم لم يبدأ بعد في الاعتماد على مخزون الغلوكوز المخزن في الكبد والعضلات. وانخفاض السكر يسبب ضعفاً، وصداعاً، ودواراً وغثياناً، خصوصاً عند الجوع الشديد. وبعد نفاذ الغلوكوز، يبدأ الجسم في حرق الدهون، ما يساعد على إنقاص الوزن وتقليل الكوليسترول وخطر الإصابة بالسكري. الأيام 3 إلى 7.. الانتباه للجفاف مع بدء الجسم الاعتياد على الصيام، تتحول الدهون إلى سكر الدم لتوفير الطاقة. هنا

تسعى الكثير من الأسر خلال شهر رمضان إلى تعزيز الروابط الزوجية، ويشكل الصيام المشترك والمشاركة في تحضير الإفطار والسحور فرصة حقيقية لإعادة بناء العلاقة بين الزوجين وتقويتها، إذ يشير خبراء العلاقات الأسرية إلى أن الطقوس اليومية المشتركة تعد من أهم عوامل الاستقرار العاطفي، وفي السطور التالية نوضح ذلك:

- التعاون بين الزوجين في إعداد الطعام وتنظيم المنزل يقلل التوتر ويعزز الاحترام المتبادل، بينما يتيح الصيام ممارسة ضبط النفس والتسامح في المواقف اليومية، وتوضح الدراسات النفسية أن الأزواج الذين يخصصون وقتاً يومياً للجولس معاً، حتى ولو لبضع دقائق، يتمتعون بعلاقة أكثر دفئاً واستقراراً.

- رمضان يوفر هذا الإطار المثالي، حيث يصح

الطقوس الرمضانية تساعد على تعزيز العلاقة الزوجية بين الشريكين



يشعر الجميع بالانتماء والمسؤولية المشتركة. -أن بناء علاقة زوجية قوية يتطلب التزاماً يومياً بسيطاً، ولا يقتصر على الأحداث الكبيرة أو المناسبات الخاصة، فالطاقة الروحية التي

يصحبها رمضان تساعد الأزواج على تجاوز الخلافات بسهولة أكبر، وتعليم الأطفال كيفية التعامل مع الصراعات بحكمة واحترام. -شهر رمضان فرصة عملية لتحويل العبادات المشتركة إلى أداة لتعميق الروابط الإنسانية، وتعزيز التقدير المتبادل بين الزوجين، كما أن خلق عادات صحية مثل الحديث عن مشاعر كل طرف قبل الإفطار، أو تخصيص وقت للعائلة بعد الصلاة، يسهم في تقوية التواصل العاطفي وتقليل التوتر المنزلي. -تشير الدراسات إلى أن الأزواج الذين يحرصون على استثمار رمضان لتعزيز التواصل والمشاركة، يعيشون شعوراً أكبر بالرضا النفسي والعاطفي، وهو ما يعكس إيجابياً على الأسرة بأكملها، ويخلق نموذجاً للأطفال عن العلاقة الزوجية الصحية والمبنية على الاحترام والمودة.

اخطاء ومحاذير..

اثر استخدام الإنترنت على صحة الصائمين في رمضان

شعوراً بالنقص أو التقصير، ورغم أنها في جوهرها مظاهر استعراضية لا تعكس واقع الجميع. وشدت استشاري علم النفس الرقمي في ختام حديثها على أن شهر رمضان فرصة لإعادة تصحيح العلاقة بالفضاء الرقمي، عبر تقنين الاستخدام وضبطه بما يتلاءم مع خصوصية الشهر، دون انقطاع كامل عن الإنترنت، وإنما بإدارة واعية تحقق التوازن بين متطلبات العصر وروحانيات الصيام، على حد تعبيرها.

المصات الرقمية بدعوى تسليية الوقت حتى موعد الإفطار، معتبرة أن هذا السلوك يفاقم الاعتماد على الإنترنت، ويترك أثراً مباشراً على الصحة النفسية والجسدية، لا سيما مع تزايد المحتوى الترفيهي الذي يعزز أنماط الاستخدام القهري، وفق تعبيرها. وبينت كذلك أنها لاحظت، مؤخراً، أن المقارنات المنتشرة عبر مواقع التواصل بشأن مواعيد رمضان وأنماط الاستهلاك تمثل ضغطاً نفسياً إضافياً، إذ تولد لدى البعض

يُفضي إلى ضغط نفسي متراكم، ويُقلل من الإحساس بالسكينة التي يُفترض أن تميز أجواء الشهر الكريم. وأضافت أن الانجذاب الكثيف إلى مواقع التواصل الاجتماعي خلال رمضان، ومتابعة المحتوى المتنوع بلا ضوابط زمنية، يزامم أوقات العبادة، برغم أن هذا المحتوى متاح على مدار العام. وأشارت إلى تنامي ظاهرة ما يُسمى بـ"الإدمان التعويضي"، حيث يلجأ البعض إلى تضييع ساعات الصيام في تصفح

التحديات النفسية والسلوكية، مشيرة إلى أن الإفراط في الاستخدام يؤدي إلى ما يُعرف بـ"اضطراب الإيقاع الجيوي" المرتبط بالاستخدام المفرط، الذي يؤثر بدوره على جودة النوم والشعور بالراحة، ويزيد من مستويات التوتر والانفعال، على حد قولها. ولفتت إلى أن شهر رمضان بطبيعته شهر روحاني، تتعزز فيه ممارسات العبادة، مثل: قراءة القرآن، والعبادة، والتأمل، غير أن التعرض المستمر للمحتوى الرقمي

فيما يرتبط بجودة النوم، ومستوى التركيز، والحالة المزاجية خلال ساعات الصيام، ما يستدعي إعادة تنظيم أوقات الاتصال بالشبكة المعلوماتية خلال الشهر الكريم، تجنباً لأي آثار سلبية على التوازن النفسي والجسدي. وفي هذا السياق، قالت الدكتورة نيفين حسني، استشارية علم النفس الرقمي وعضوة الهيئة العليا لتكنولوجيا المعلومات في مصر، في تصريحات خاصة إن استخدام الإنترنت في شهر رمضان يرتبط بجملة من

اسرار الطبخ ..

خمس طرق لتزيين منزلك في رمضان ٢٠٢٦



الفوائد الغذائية لشوربة الدجاج للروتين، وتساعد شوربة الدجاج على تزويد الجسم بالعناصر الغذائية بطريقة لطيفة على الجهاز الهضمي. كما تُعتبر خياراً مناسباً كبدية للإفطار قبل تناول الأطباق الرئيسية.

يُسَخَّن الزيت في قدر، ثم تُضاف البصلة وتُقلَّب حتى تدبل. يُضاف الدجاج ويُحرَّك حتى يتغير لونه، ثم تُضاف الخضروات والماء ويُترك الخليط على نار متوسطة حتى ينضج الدجاج تماماً. بعد ذلك تُزال الرغوة إن وجدت، وتُنَبَّل شوربة بالمح والبهارات الخفيفة وتُقدَّم ساخنة.

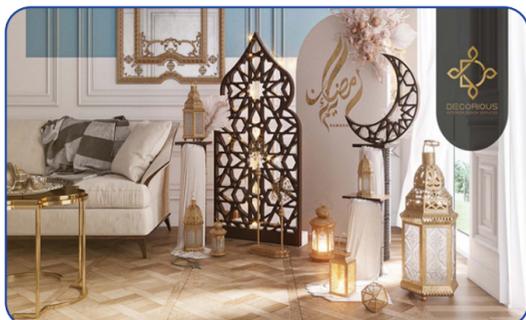
المكونات صدر دجاج مقطع بصلة جزرة عود كرفس (اختياري) ملعقة زيت نباتي ملح وبيهارات خفيفة لتر ونصف ماء طريقة تحضير شوربة الدجاج



تدبير منزلي

خمس طرق لتزيين منزلك في رمضان ٢٠٢٦

عليها، بينما تُضيف السجادة ذات النقوش الجميلة لمسة من الدافء والجاذبية البصرية. 5- نسقي المائدة بإبداع، واهتمي بالإضاءة المميزة يمكن لتنسيق مائدة أنيق أن يحول أي مناسبة عادية إلى تجربة رمضان مميزة. ارتقي بمستوى موائد إفطارك من خلال تنسيق مائدة الطعام بعناية. اضيفي لمسات معدنية أو مستوحاة من الزخارف العربية أو القمرية باستخدام أدوات المائدة، وحلقات المناديل، وأواني الطعام، إلى جانب مفارش الجوت، وأغطية المائدة، والفوانيس الصغيرة، والزهور المجففة أو الطازجة. كما أن الإضاءة المميزة عنصر أساسي، بدءاً من أضواء الزينة التي تعمل بالبطارية والفوانيس الطويلة، وصولاً إلى الشموع الشمعية وشموع الشاي. تُعد إكسسوارات الإضاءة وسيلة اقتصادية لخلق أجواء رائعة طوال الشهر الفضيل.



4- اضيفي لمسات عربية إلى منزلك ويأتي رمضان هذا العام في وقت يتيح لنا الاستمتاع بتصاميم داخلية وخارجية على حد سواء. باستخدام ستائر شفافة أو من الكتان. ولاستضافة في الهواء الطلق، يمكن تركيب عريشة أو مظلة لتوفير الظل والتنظيم. وتماشياً مع تراث المجالس التقليدية، قسّمي أماكن الجلوس باستخدام مقاعد منخفضة مثل العثمانيات والوسائد الأرضية، مع إضافة طبقات من الوسائد المساحة وإضفاء طابع دافئ

المتروبوليتان للفنون بالتعاون مع سيدار، جلوبال، تتضمن نقوشاً مستوحاة من أعمال فنية شهيرة وتعكس روح رمضان. 2- اعتمدي تصميمات داخلية عصرية، ريفية، أو خليجية قبل أن تبدئي، اختاري النمط العام ولوحة الألوان التي ترغبين في اتباعها. سواء كان ذلك مظهرًا عصريًا يتميز بألوان الباستيل والأخضر الزيتوني الرائجة لهذا الموسم مع لمسات ذهبية؛ أو جمالية بدوية بسيطة تركز على تباين الخامات والأقمشة باستخدام أغطية وسجاد ووسائد بنقوش هندسية عربية؛ أو تصميمًا مستوحى من الطراز المغربي يضم البلاط، والزخارف المقوسة، والشبكات، والستائر الفاخرة، والألوان النابضة بالحياة. 3- أعددي إحياء سحر المجالس أو الخيام الرمضانية في منزلك يمكنك إنشاء ركن جلوس على الطراز العربي لتجمعاتكم

يُعدُّ شهر رمضان وقتاً للتأمل والتواصل وإحياء التقاليد العريقة، كما أنه موسم التجمعات مع الأحبة، واستضافة العائلة والضيوف في المنزل. اجعلي منزلك مهيباً لاستقبال أحبائك وزينيه بأجواء احتفالية دافئة، بدءاً من الإضاءة الهادئة وتصميم المجالس الداخلية والخارجية بأسلوب مبتكر، وصولاً إلى لمسات الزخرفة العربية الرقيقة في الديكور وتزيين المائدة. وإليك أبرز اتجاهات ديكور رمضان لعام ٢٠٢٦ حسب توصيات خبراء سيدار. تابعي القراءة.

1- اتركي انطباعاتاً أولياً مميزةً زيني مدخل منزلك لإضفاء جو احتفالي دافئ عند استقبال ضيوفك. ابدئي بكرسي أو مقعد أنيق مزين بوسائد مستوحاة من أجواء رمضان، مثل تصميم الهلال المستوحى من سواروفسكي من سيدار، أو وسائد وديكورات نوافذ أو ورق جدران من تصميم متحف

سلوكيات

7 أسباب وراء أخفاء أولادك البالغين

أسرارهم عنك



تشكو عدد ليس بقليل من الأسر جراء أخفاء أولادهم لأسرارهم الشخصية بينما يبوحون لأصدقائهم بكل تفاصيل حياتهم، وهم لا يدركون أن السبب يرجع لأسلوبهم التربوي، هذا ما ذكره بعض الأبناء البالغين واليكم التفاصيل:

- 1- أتمنى أن يستمعوا إلينا دون إعطاء نصائح دائماً؛
- كثير من الأبناء البالغين يشعرون أن والديهم يسارعون إلى تقديم الحلول قبل الاستماع الكامل، هم لا يرفضون النصيحة، لكنهم أحياناً يريدون مساحة للتعبير فقط، مع الأصدقاء يعترفون بأنهم يتمنون إنصات هادئ بدل التوجيه المستمر.
- 2- تعليقاتهم أحياناً تجرحنا؛
- قد تبدو بعض التعليقات عن الشكل أو أسلوب الحياة عابرة في نظر الآباء، لكنها تترك أثر عاطفي عميق، الأبناء يناقشون هذه الأمور مع أصدقائهم ويعترفون بأنها تؤلمهم خاصة عندما تتكرر، إلا أنهم يترددون في مصارحة آبائهم خوفاً من أن يتهموا بالحساسية الزائدة أو سوء الفهم.
- 3- نشعر أنهم لا يرونا كبار بما يكفي؛
- رغم بلوغهم سن الرشد وتحملهم مسؤولياتهم، يشعر بعض الآباء أن آباءهم ما زالوا يعاملونهم كأطفال، يتحدثون مع أصدقائهم عن رغبتهم في الاستقلال الكامل واحترام قراراتهم، لكنهم نادراً ما يواجهون آباءهم بذلك.
- 4- المقارنات ترهقنا؛
- المقارنة بالأشقاء أو بأبناء الأقارب أو حتى بجيل الآباء نفسه تشعّر الابن بالضيق وعدم الكفاية، يعبر الأبناء لأصدقائهم عن ضيقهم من هذه المقارنات المتكررة، لكنهم يتجنبون إخبار آبائهم مباشرة حتى لا تتحول المسألة إلى جدال أو اتهام بعدم الامتنان.
- 5- نتمنى احترام حدودنا؛
- عندما يضع الآباء حدود واضحة في حياتهم الخاصة، سواء في الزواج أو العمل أو تربية أطفالهم، يضمنون أن تحترم تلك الحدود، بعضهم يشككي لأصدقائه من تدخلات غير مقصودة، لكنه لا يصارح والديه مباشرة.
- 6- نحتاج إلى تقدير جهودنا؛
- يشعر بعض الأبناء أن إنجازاتهم تمر أحياناً دون احتفاء كاف، أو ينظر إليها كواجب طبيعي، يتحدثون مع أصدقائهم عن رغبتهم في سماع كلمات فخر ودعم واضحة، إلا أنهم نادر ما يطلبون ذلك صراحة.
- 7- بعض المواقف القديمة ما زالت تؤثر علينا؛
- رغم مرور السنوات تبقى بعض المواقف أو الكلمات عاقلة في الذاكرة، يتبادل الأبناء هذه الذكريات مع أصدقائهم ويعترفون بتأثيرها العاطفي المستمر، لكنهم يتجنبون فتحها مع آبائهم حتى لا يعيدوا إحياء مشاعر قديمة.



التوجيهي بناء الجسور

عبد الحسين شعبان



خلال حضوره منتدى الإعلام السعودي، استعدت علاقتي بالملكة التي قاربت نحو ثلاثة عقود من الزمن، كان آخرها محاضرة في الظهران وأخرى في المنطقة الشرقية، عشية وباء كورونا ٢٠٢٠. التأم المنتدى الذي دخل موسوعة غينيس بمشاركة ٣٠٠ باحثاً وإعلامياً وصحفيّاً وأكاديمياً وكتاباً ومفكراً وأكثر من ٢٥٠ مؤسسة وجهة متخصصة في الصناعات الإعلامية، وحضره أكثر من ٦٥ ألف شخص على مدى ثلاثة أيام، وخلال وجودي أجرت معي محطة تلفزيونية حواراً مفتوحاً عن ذكريات مهرجان الجنادرية، حيث كنّا نلتقي فيه على مدى فترة بقائنا بالشيخ عبد العزيز التوجيهي، الذي كان يمثل فضاءً للأدب والتاريخ والفلسفة، وكان مجلسه عامراً بحوارات ونقاشات عميقة، فقد استطاع الرجل استقطاب عشرات المثقفين العرب من مشارب شتى، ونسج معهم صداقات عميقة، وكان هدفه بناء الجسور بين مثقفي المملكة والمثقفين العرب، وسعى لإدامة التواصل والتفاعل بينهم لتعزيز ما هو مشترك وإنساني، جاعلاً من العروبة الثقافية والانتماء الوجداني الرابطة الحضارية التي يعلو على جميع الاعتبارات الضيقة الفئوية والدينية والأثنية والجهوية والمناطقية.

وأظن أن جميع ضيوفه ومن جالسهم ومن اختلط به كان ينظر إليه بصفته قاسماً مشتركاً، لا بصفته فرداً واحداً، وإنما باعتباره مجموع، وقد مكّنه ذلك من حيازة ثقة الجميع، ومكّنه الملكة من التعرف على آراءه ووجهات نظر وأفكار مختلفة وجديدة، وكان همّه الدائم هو تجسير الفجوة بين المثقف والسلطة، وبين أصحاب الرأي وصاحب القرار.

كان الرجل ينتمي إلى زمننا، وفي الوقت نفسه كان مشدوداً إلى تراثنا العربي - الإسلامي، هكذا يبدو صديقاً صديقاً حميمياً للمثقف، يشاطره الفلسفة، وهو كذلك صديق عتيق للمعزّي، فقد قاسمه الحكمة والعدل، لكنه لم يكن مقيماً في التاريخ، ولم يسع لاستعادته، بل إعادة قراءته مما مكّنه من استخلاص الدروس والعبر. ويقدر ما كان يعيش الحاضر، ظل متمسكاً بالجزور، مثلما يتطلع إلى المستقبل، وأستطيع القول اقتفاءً بأثر الروائي الروسي غوركي عن أحد ثوريي عصره، أن نصف عقله كان يعيش في المستقبل، فقد كانت أحلامه كبيرة ورؤيته سابقة لزمه. لم ينظر التوجيهي إلى النصوص باعتبارها مقدّسة، بل كان ينطلق من رؤية واقعية، وبالطبع لا قيمة لأية فكرة إلا لم يتم اختبارها، وكل فكرة في بداياتها تعتبر تجريبية إلا لم يتركها الواقع، كان يقرأ بنبض ويفتتح في بطون الكتب، إلا أن رؤيته لم تستمد قيمتها من الأفكار المجردة فحسب، بل كانت دائماً تنطلق من الواقع والممارسة. الغاية عند التوجيهي مثلما هي عند المهاتما غاندي، دائماً ما ترتبط بالوسيلة، فلا غاية شريفة دون وسيلة شريفة، وشرف الغاية من شرف الوسيلة، فإذا كانت الأخيرة عادلة ونبيلة ومقبولة ومنسجمة مع مبادئ الحق والعدل والأخلاق، فإن الغاية ستكون كذلك، والعكس صحيح أحياناً، لأن الوسيلة إلى الغاية مثل البذرة إلى الشجرة، وعلاقتها مترابطة وعضوية.

كان التوجيهي منفتحاً على الآخر عقلاً وفكراً وديناً، لذلك لم يخاطب السعوديين فحسب، بل إنه كتب للعرب والمسلمين والعالم والإنسان حينما كان، فهو مقياس كل شيء حسب الفيلسوف الإغريقي بروتوغوراس. لقد كان التوجيهي مثقفاً موسوعياً رؤيويًا يبحث عن المشترك الإنساني لتعظيمه، ويفتتح على الفسوق لتقليصها واحترامها. كانت الأسئلة تراود التوجيهي، وهو ما يبدأ حوارها بها، وأول الفلسفة سؤال كما يقال، ولعلّ زمننا تتقدم فيه الأسئلة وينهزم الجواب، حسب تعبير الشاعر أدونيس، وعن ثقافة الأسئلة لديه كتب الشاعر يحيى السماوي، كما كتب د. نجم عبد الكريم كتاباً بعنوان «هكذا تكلم التوجيهي»، وكان الأخير ملح جلساتنا مع التوجيهي، فهو الأقرب إليه والأكثر معرفة بعالمه والأحرص على ظروفه، حيث يجتمع جورج قرداحي وعرفان نظام الدين والطبيب صالح وسعد البراز وحسن صبرا وبسام عفيفي وحسن العلوي وبلال الحسن وشفيق الحوت وفؤاد مطر وزاهي وهبي ويحيى السماوي وآخرين. اجتمعت في شخص التوجيهي سجاي عديدة نادراً ما تجتمع في شخص واحد، انفتاحه وتسامحه وقبوله الآخر وبحته عن نقاط اللقاء وتواضعه وأدبه وكرم أخلاقه وسخائه، مما جعلت منه محوراً تبحث معه وتلتجى إليه أحياناً شخصيات عربية، رسمية وغير رسمية، ليسهم في تلطيف أجواء وتلين مواقف، وكانت دعواته للمثقفين دون أي اشتراطات، ولذلك أقبل العديد من المثقفين الذين كانوا يتمتعون عن زيارة الملكة لاعتبارات مختلفة، فأصبحوا من الشخصيات المواظبة على حضور مهرجان الجنادرية، بل وتعمقت علاقات بعضهم معها لتتحول إلى صداقة، بغض النظر عن مواقفهم، فتمتة جسور حاول أن يبنيها التوجيهي معهم، وأحياناً يبحث عن المعارضين لفتح حوارات معهم.

وأستطيع القول إن التوجيهي كان رجل دولة حقيقي حصيماً ونادياً صلباً في علاقته مع الآخرين، وكان أميناً في تعبيراته عن عروبه وإيمانه الإسلامي وإنسانيته المنفتحة، ودوداً وصاحب مروءة ومتسامحاً، وتلك صفات الشخصيات الكبيرة.

إتحاد الأدباء والكتاب يستعد لإحياء فعالية الأسبوع الأدبي الرابع



احتفاءً بالمعلم العراقي، والمرأة العراقية، مع وجود فعاليات موسيقية رمضانية، وتوقيع لإصدارات أدبية حديثة." وتوقع لإصدارات أدبية حديثة." من جانبها بدأت اللجنة التحضيرية عملها لإقامة هذا الأسبوع الذي ينتظره

يستعد الاتحاد العام للأدباء والكتّاب في العراق لأسبوعه الأدبي الرابع الذي يأتي بعنوان (سمبوزيوم أدب).

وقال أمين الشؤون الثقافية الشاعر منذر عبد الحر للوكالة الرسمية: في توجّه اعتمده الاتحاد في سنواته الأخيرة بتقديم سلسلة فعاليات ثقافية تحمل الطابع الجمالي للجمهور الكريم في شهر رمضان الفضيل يستعد الاتحاد العام للأدباء والكتّاب في العراق لأسبوعه الأدبي الرابع الذي يأتي بعنوان (سمبوزيوم أدب).

وأضاف أن "هذه الدورة ستعتمد باقة من الفعاليات الأدبية، منها قراءات شعرية وندوات أدبية تجمع بين المتعة والفائدة، فضلاً عن وجود مسابقات أدبية، وورش في فنون الأدب والكتابة المباشرة، كما سيضم الأسبوع في دوله

شخصيات مؤثرة.. الدكتور فاضل السامرائي نموذجاً



فاضل السامرائي.. أكاديمي عراقي بارز في مجال اللغة العربية، وله العديد من المؤلفات والبرامج التلفزيونية التي تركز على الإعجاز البياني في القرآن الكريم، وترك بصمة واضحة في مجال اللغة العربية وتفسير القرآن الكريم من خلال أعماله ومؤلفاته.

أسمه فاضل بن صالح بن مهدي بن خليل بن طهماز بن مزره بن حمد بن علي بن حسن بن حسين بن عرموش البدري من عشيرة «البدري» إحدى عشائر سامراء ويكنى بأبي محمد، نسبة لابنه الكبير.

يُعتبر فاضل السامرائي من المفسرين البيانيين المعاصرين الذين حاولوا التقرب من النص القرآني وكشف أسرارها الإعجازية باستخدام أدوات لغوية، حيث اعتمد على بنية الكلمة ومعانيها الخاصة لفهم المقاصد القرآنية.

ولد الأستاذ فاضل في سامراء عام 1933، وأخذ والده منذ نعومة أظفاره إلى مسجد حسن باشا أحد مساجد سامراء لتعلم القرآن الكريم، وكشف ذلك عن حدة ذكائه، حيث تعلم القرآن الكريم في مدة وجيزة.

أكمل الدراسة الابتدائية والمتوسطة والثانوية في سامراء، ثم انتقل إلى بغداد في مدينة الأعظمية، ليدخل دورة تربوية لإعداد المعلمين، وتخرج فيها عام 1953 م، وكان متفوقاً في المراحل الدراسية كافة.

عين معلماً في مدينة بلد عام 1953 م، وبعدها أكمل دراسته في دار المعلمين العالية بقسم اللغة العربية (كلية التربية) عام 1957 م وتخرج فيها عام 1960 م - 1961م، حاز على درجة

البكالوريوس بتقدير امتياز، ورجع إلى التدريس في الثانوي في أول دورة فتحت للدراسات العليا في العراق دخل في قسم الماجستير (القسم اللغوي) وحاز درجة الماجستير في كلية الآداب وفي السنة نفسها عين معيداً في قسم اللغة العربية بكلية التربية بجامعة بغداد.

ومن جامعة عين شمس في كلية الآداب في قسم اللغة العربية، نال شهادة الدكتور عام 1968 م. ثم عاد إلى العراق، وعين معيداً في كلية الآداب / جامعة بغداد بعد دمج كلية التربية بكلية الآداب. وعين عميداً لكلية الدراسات الإسلامية المسائية في السبعينات إلى حين إلغاء الكليات الأهلية في العراق.

بعدها أعير إلى جامعة الكويت للتدريس في قسم اللغة العربية عام 1979 م ثم رجع إلى العراق. أصبح خبيراً في لجنة الأصول في المجمع العلمي العراقي عام 1983، وعين عضواً عاملاً في المجمع العلمي العراقي عام 1996 م.

أحيل إلى التقاعد عام 1998 م، بعد ما قضى ما يقارب أربعين عاماً أستاذاً

طبق ((اللبلبي)) أيقونة في العراق ومذاق الأصالة والدفء في رمضان



مما يجعله خياراً ذكياً وصحياً وسط الموائد الرمضانية العامرة بالدهون والسكريات. وتعود أصل تسمية "اللبلبي" إلى اللغة التركية، وهي تعني في الأصل "الحمص المحمص" أو اللبلي، حيث انتشرت هذه التسمية في بعض الدول التي كانت تحت حكم الدولة العثمانية، مثل العراق وتونس، وأصبحت تطلق على أطباق شعبية تعتمد بشكل أساسي على الحمص. وبمرور الوقت تجاوز الطبق مجرد الحمص واللحم ليتحول إلى قصة حميمية تروي فصلاً من فصول البساطة والبركة والدفء، كمرادف للهوية وعامل مشترك يلتف حوله العراقيون بمختلف المناطق والأذواق والأجيال.

يحظى طبق "اللبلبي" بمكانة خاصة على المائدة الرمضانية العراقية، فهو يتميز بمذاقه الرائع الذي لا يقاوم ويمثل مصدراً للطاقة والدفء حين يتزامن الشهر الكريم مع ليالي الشتاء الباردة، كما أنه يضرب بجذوره في عمق التاريخ ما يجعله عنواناً للأصالة والذاكرة الجمعية. ولا يكاد يخلو زقاق في بغداد أو المدن الأخرى من رائحة الطبق المزوجة بعير الليمون الحامض والكمون، حيث يُقدم كفاتح للشهية عند الإفطار أو طبق جانبي أساس في وجبة السحور. ويتحول الطبق إلى أيقونة عبر "بسطات" الشوارع بعد صلاة التراويح؛ حيث يتجمع الشباب



«ميثا» ستغلق رسمياً موقع

ماسنجر المستقل في أبريل

أعلنت شركة ميثا، عبر صفحة المساعدة، عزمها إغلاق الموقع الإلكتروني المستقل لتطبيق ماسنجر، حيث لن يكون الموقع متاحاً اعتباراً من أبريل 2026. ويمكن للمستخدمين الراغبين في إرسال واستقبال الرسائل عبر الإنترنت القيام بذلك من خلال تسجيل الدخول إلى حساباتهم على فيسبوك.

أما إذا كان المستخدم يستخدم "ماسنجر" من دون حساب على فيسبوك، فسيكون بإمكانه متابعة محادثاته فقط عبر تطبيق ماسنجر على الهاتف المحمول، بحسب تقرير لموقع "تك كرانش" المتخصص في أخبار التكنولوجيا.

ويمكن للمستخدمين استعادة سجل الدردشة على أي منصة باستخدام رقم التعريف الشخصي (PIN) الذي أدخلوه عند إنشاء نسخة احتياطية لأول مرة على "ماسنجر". وإذا لم يتذكر المستخدم رقم التعريف الشخصي، يمكنه إعادة تعيينه.

يأتي هذا الإجراء بعد أشهر قليلة من إغلاق "ميثا" لتطبيقات ماسنجر المستقلة لأجهزة الكمبيوتر التي تعمل بنظامي ويندوز وماك، ربما كانت المؤشرات واضحة منذ البداية، حيث كانت شركة ميثا تُعيد توجيه مستخدمي تطبيق سطح المكتب الحاليين إلى موقع فيسبوك الإلكتروني لمواصلة

عقار جديد للسمنة يفقد

المرضى وزناً قياسيًّا

كشفت تجربة سريرية لدواء جديد لإنقاص الوزن عن نتائج مبشرة، لكنها حملت مفاجأة غير متوقعة تتعلق بارتفاع معدلات الانسحاب بين المشاركين.

وساعد دواء "ريتاترايد" (retatrutide) الذي تنتجه شركة "إيلي ليل" الأمريكية المشاركين على فقدان أوزانهم بنسبة قياسية وصلت إلى 28.7% خلال 68 أسبوعاً، ما يعني أن شخصاً وزنه 100 كيلوغرام يمكن أن يفقد نحو 29 كيلوغراماً.

وهذه النتيجة تتجاوز فعالية جميع أدوية السمنة الموجودة حالياً في الأسواق، وتقترب من نتائج عمليات جراحات السمنة.

ويعمل الدواء الجديد الذي يلقب بـ"الثلاثي جي" عبر محاكاة ثلاثة هرمونات طبيعية في الجسم (GLP-1 وGIP والغلوكاغون (glucagon)) تعمل معاً لتقليل الشهية وإبطاء عملية الهضم وخفض مستوى السكر في الدم.

وخلال تجربة المرحلة الثالثة المسماة "Triumph-4" التي استمرت 68 أسبوعاً على 445 شخصاً يعانون السمنة وآلام الركبة، واختبرت جرعتين من عقار "ريتاترايد" مقابل دواء وهمي، حققت النتائج أرقاماً قياسية:

ولكن، رغم النتائج المذهلة، انسحب 18% من المشاركين الذين تناولوا الجرعة العالية من التجربة، فيما انسحب 12% من مجموعة الجرعة المنخفضة، مقابل 4% فقط في المجموعة التي تلقت علاجاً وهمياً.

وأرجعت الشركة هذه الانسحابات إلى فقدان الوزن المفرط الذي جعل بعض المشاركين يشعرون بالقلق، خاصة أولئك الذين كان مؤشر كتلة الجسم لديهم منخفضاً في الأساس. وبالمقارنة، تشهد أدوية السمنة الحالية مثل "زيباوند" (Zepbound) ومونجارو نسبة انسحاب لا تتجاوز 6% فقط.

وإلى جانب فقدان الوزن، أظهر الدواء فعالية ملحوظة في تخفيف آلام الركبة بنسبة 75% لدى المشاركين الذين يعانون السمنة وآلام المفاصل، لكنه تسبب في بعض الآثار الجانبية الشائعة مثل المشاكل الهضمية كالإسهال والإمساك والقيء، بالإضافة إلى شعور بوخز أو حرقة في الجلد أصاب 20% من متناولي الجرعة العالية.